

建立防辐射蔽身场所

公众须知

面对当前恐怖分子事件的发生，很多人曾想过恐怖分子会用放射性材料袭击的可能性。如若发生住在离袭击地点很近，但不在所袭击地点的人，应呆在家里的蔽身场所，不要离开住所。这个场所称之为“防辐射蔽身场所”。因为很多放射性材料很快就会衰弱和消散，呆在家里可以防止接触到辐射，房子的厚墙可以挡住很多有害辐射。采取几项简单措施可助于减少接触辐射。密西根州卫生部准备这份材料就是为了帮助大家预备一个安全的蔽身场所，并在里面储藏适当的物品，以便保护大家的安全。

建立家庭防辐射蔽身场所

有辐射的紧急情况下，在家里最安全的场所是位于房子中央的房间或地下室。这些地方的窗户越少越好，蔽身场所离窗户越远越安全。

建立防辐射避身场所的准备工作是关键。要在蔽身的场所里储备好急用品。因为紧急情况可能随时发生，所以最好提前储备好用品，把所有生活必需品都储放在蔽身场所。

每六个月，必须检查一下储藏用品。更换已过期的药品，食品及电池。同时每六个月还要更换储藏用水以保持水质新鲜。

每个家庭成员都应熟悉和重视蔽身场所，不要随意从那里拿走任何物品。如果有人从蔽身场所拿走了某一样物品，当需要的时候就找不到了。

如果有宠物，应在蔽身的场所准备一个能让宠物排便的地方。在有辐射的紧急情况下，不能让宠物到外边去排便，因为它们可能会把室外具有放射性的尘土带回蔽身场所，所以应给宠物准备一个排便的地方以免宠物把放射性的材料带回家来。

紧急用品的准备

正象应付恶劣天气和其它紧急情况一样，要储备好急用品。在储备急用品时，要考虑以下诸项：

- ✧ **耐储存的食品**——如罐头、干的封闭食物。储存足够的食品，至少够全家人食用三天。
- ✧ **水**——要为紧急情况准备好饮用水，可买瓶装水或者从水龙头里接些水储存起来。每个家庭成员每天至少需要一加仑水，需储备够用三天的水量。
- ✧ **更换的衣服和鞋**——每六个月检查一下衣服，如不合身，或不合季节的衣服要换掉。切记要有内裤、袜子、结实的鞋或工作靴子。

Michigan Department of Community Health
Sheltering in Place Fact Sheet in Chinese

- ◇ **纸盘、纸巾和塑料餐具**——要储存适量的一次性餐具，因为不会有多余的水来洗刷餐具，另外，社区的水源可能已被污染。
- ◇ **塑料袋**——可能几天不能离开蔽身场所，需要塑料袋存放垃圾。
- ◇ **床上用品**——储存好床单、毯子、浴巾及折叠床以便在不能离开蔽身场所时备用。
- ◇ **收音机和电池**——可能会停电几天。使用带电池的收音机可确保你能收听到紧急情况的指示和信息。
- ◇ **药品**——把你现在服用的处方药品（2-3天的药量）放在一个密闭性好的小瓶子里，储存在蔽身场所，标明名称和有效日期。（跟你的医生商谈一下怎样才能获取到这些药品。）一定要每六个月检查一下备用药品，确保不要过期。
- ◇ **卫生用品**——储藏一些香皂、洗手液，卫生纸、除臭剂、消毒水等。
- ◇ **手电筒和电池**——可能停电几天，手电可在蔽身场所提供唯一光源。
- ◇ **普通电话或手机**——虽然手机或普通电话服务可能会被中断，但是仍然会有机会用电话与外界保持联系，询问信息以便得到急救机构的指示。
- ◇ **要备用眼镜、隐型眼镜及其清洁剂。**
- ◇ **绝缘胶带和厚塑料布**——如果室外出现带辐射性的飞絮，可用这些材料暂时把蔽身场所的门和通气口密封住。但是把蔽身场所密封几个小时后，可能会出现窒息现象。
- ◇ **宠物食料、婴儿食品和尿布等**——不要忘记家庭其他成员。如果有婴儿，要储备些婴儿食品和尿布；如果有宠物，要储存够宠物吃三天的食料。
- ◇ **急救用品**——可买或自备一套急救用品，确保包括以下物品：

◇ 创可贴	◇ 香皂或洗手液
◇ 消过毒的两英寸和四英寸的药用纱布	◇ 乳胶或乙烯基塑料手套
◇ 医用胶带	◇ 别针
◇ 几卷儿消毒绷带	◇ 阿司匹林或其它止疼药
◇ 剪子	◇ 止泻药
◇ 镊子	◇ 泄药

**Michigan Department of Community Health
Sheltering in Place Fact Sheet in Chinese**

◇ 针	◇ 防胃酸药
◇ 温度计	◇ 能引起呕吐的药液——需依据中毒控制中心的建议
◇ 湿润纸巾	◇ 用来停止呕吐的活性炭，——需依据中毒控制中心的建议
◇ 消炎药膏	
◇ 凡士林或其它润肤油	

- ◇ **游戏，书籍和其它娱乐物品**——因为可能会在蔽身场所躲避几天，最好有些东西能让家人来消磨时光。小孩子在一个地方呆久了无事可做会感到很无聊，设法创造些活动让他们喜欢做，如染指甲、画画儿，做各种游戏等。

进入蔽身场所前须知

当得到警报时，如果正在户外，应先脱掉衣服和鞋并把它们放置塑料袋里，然后再入内。在严寒的冬天，至少要脱掉外套再进入房子，以避免把有放射性物体带进蔽身场所。脱掉的衣服和鞋应放在室外。进屋后，先淋浴，用水和香皂清洗全身。因为把衣服脱掉会解除90%的辐射污染，采取这一简单步骤会减少接触辐射的时间也会减少因辐射而受伤的危险。

进入蔽身场所之前，请关掉风扇、空调、和其它从户外吸进空气的通风加热装置。把窗户和门关好栓住并把火炉的气阀关上。

当进入蔽身场所后，要用胶带和塑料布把窗户、门和通风气口暂时密封住以防止有放射性的飞絮飞进室内（听收音机里的指令）。几个小时以后，应取掉绝缘胶带和塑料布让房间空气流通。如果把蔽身场所密封得太久，会造成窒息现象。

要把收音机调到紧急警告系统频道，聆听官方指令和信息，这些信息将会反复重播。官方会告诉大家何时可以离开蔽身场所，是否需要采取其它紧急措施。

在有辐射紧急情况时，应服用碘化钾吗？

- ◇ 服用碘化钾只适合于以下情况：在辐射紧急情况时伴有放射性碘，如核能发电站出现事故，或核武器爆炸。但是“脏弹”可能不带有放射性碘。
- ◇ 体内接触到含放射性碘的人，以后可能会患甲状腺疾病。甲状腺会吸收放射性碘，可发展成癌症或其它肿瘤。服用碘化钾可使甲状腺充满碘，减少吸收有伤害性的辐射碘。
- ◇ 碘化钾只能保护甲状腺，不能对其它放射性接触提供保护。
- ◇ 如对碘过敏，不能服用。对碘化钾有疑虑，请询问医生。
- ◇ 接触到辐射后，如果当地卫生部门建议服用碘化钾，他们会通知大家如何获得相关信息。

Michigan Department of Community Health Sheltering in Place Fact Sheet in Chinese

欲知更多关于碘化钾的信息，请查看以下网页：

- ◇ <http://www.bt.cdc.gov/radiation/ki.asp>
- ◇ http://www.fda.gov/cder/drugprepare/KI_Q&A.htm
- ◇ <http://www.fda.gov/cder/guidance/4825fnl.htm>

如何获取关于准备藏身场所和防辐射的详细信息？

- ◇ 请询问当地卫生部，查看网页：

<http://www.malph.org/page.cfm/108/>

当地各级卫生部门，可从以下网页查找到：

http://www.michigan.gov/documents/June2003LHDList_69658_7.pdf

- ◇ 查看密西根州环境质量部的网页：

http://www.michigan.gov/deq/0,1607,7-135-3312_4120_4243--,00.html

- ◇ 查看疾病预防控制中心的网页：

<http://www.bt.cdc.gov/radiation/index.asp>

- ◇ 给疾病控制与预防中心的公众服务热线打电话：：

英文： 1-888-246-2675

西班牙文： 1-888-246-2857

TTY： 1-866-874-2646